

# Formation : La cuisine

## **Objectifs pédagogiques :**

- Gérer les matières premières
- Appliquer (et/ou faire appliquer) les règles d'hygiène, de sécurité et d'ergonomie.
- Calculer les quantités nécessaires et le cout des matières d'une recette
- Réaliser les préparations préliminaires & les gestuelles de base
- Émincer, ciseler, hacher, tailler des légumes
- Réaliser Les fonds et les sauces chaudes et froides
- Assaisonnements et cuissons de bases
- Organiser, analyser et créer une recette avec un panier surprise
- Dresser & Réaliser les décors à l'assiette
- Être évalué lors d'un concours ludique de cuisine

## **Durée :**

21h soit 3 jours

## **Publics concernés :**

Tout public

## **Prérequis :**

Aucun prérequis

## **Lieu d'intervention :**

Cette formation peut être dispensée en présentiel partout en France mais également en distanciel par visioconférence.

## **Information Handicap**

Nos formations peuvent être accessibles aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, nous vous demandons de préciser à l'inscription votre handicap. Nous pourrions ainsi confirmer l'ensemble des possibilités d'accueil et vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions en accord avec votre employeur.

## **Méthodes pédagogiques :**

- Participative/active
- Démonstrative/exécutive

## **Moyen pédagogique :**

La formation peut être en présentiel en région EST et en Visio conférence pour la FRANCE

## **Pédagogie :**

COOK-KI s'engage à adapter chaque formation aux besoins réels du stagiaire. L'animation est basée sur une pédagogie active, avec des exercices pratiques et personnalisés qui permet l'ancrage en temps réel. Cette animation s'appuie sur une alternance d'exposés théoriques et pratiques.

## **Suivi et évaluation des résultats :**

Réponses aux questions en direct ou par mail

Auto-diagnostique, Enquête de satisfaction, certificat de réalisation individualisé

## **Prix : Nous consulter**

## **Modalités et délais d'accès**

Inscription via notre bulletin d'inscription : au minimum 15 jours avant le démarrage de la session

Si prise en charge par un OPCO : vous devez en faire la demande à votre OPCO un mois avant le démarrage de la session

**Contacts** Téléphone : 06.22.51.81.89

Mail : [cookki.contact@gmail.com](mailto:cookki.contact@gmail.com)

# Programme

## **Jour 1 : les premiers pas**

- Présentation
- Histoire de la cuisine
- Famille de produits
- Dégustation

## **Jour 2 : Les premières bases de la cuisine**

- Organiser son poste de travail
  - Mise en situation
  - Atelier cuisine
- Analyser des produits et Dégustation

## **Jour 3 : Atelier de cuisine « Création »**

- Analyse du panier « surprise » de produits frais
- Comment créer une recette, les bases et faire une fiche technique
  - Atelier cuisine selon le thème
  - Concours de cuisine
- Analyse des produits et Dégustation



COOK-KI  
34, rue de la salle 54000 NANCY  
Tél : 0383257247  
[cookki.contact@gmail.com](mailto:cookki.contact@gmail.com)  
SIRET N° 824 315 881 NDA 44540415754  
V1.0 08/06/2022